



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

20 октября 2022 г.

Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рыба, тушеная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	170	3,73	5,75	25,03	167,33				0,2	60,64		37,93		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,5	8	26	5,6	1	
Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	6,84	0,67	
Итого		16,31	10,49	59,86	401,14	0,22	6,41	412,47	2,78	105,10	177,9	85,29	1,81	74,70

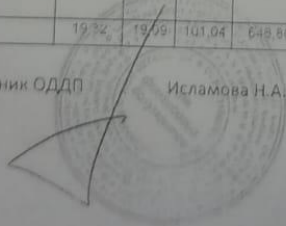
Бесплатное горячее питание с 7-11 лет

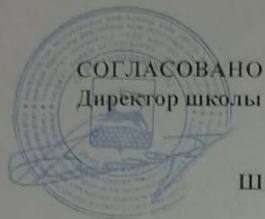
Обед

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,66	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	35	2,8	0,35	19,25	91	0,12			0,53	7	22,75	4,9	0,33	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		19,32	19,99	101,04	648,80	0,47	21,37	295	4,50	72,18	231,10	119,25	5,63	82,06

Начальник ОДП

Исламова Н.А.





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ЦДЦ ГО г. Уфа  
 В.К. Смирнов

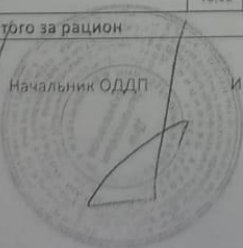
Школьное меню для организации питания обучающихся

20 октября 2022 г.

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,06	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	160	3,5	3,68	23,53	141,87				0,17	46,65		35,12		
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	25	5,6	1	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
		16,02	8,41	58,15	373,10	0,22	3,61	412,33	2,74	80,31	176,3	81,64	1,74	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	138,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 30	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	68	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		19,52	19,24	118,49	725,80	0,37	25,37	225	4,62	85,18	222,35	138,55	7,55	
<b>Итого за рацион</b>														<b>187,49</b>

Начальник ОДДП  
 Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

20 октября 2022 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
<b>Обед инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	0,06	19,89	221,7	1,96	45,28	54,52	24,42	1,13	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/10	4,61	8,49	21,54	161,6	0,16		45,75	0,4	12,84	114,75	75,18	2,56	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,05	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания 40	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	16,4	88	0,16			0,58	11,6	52	16,8	1,2	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Итого		21,69	23,82	128,83	814,95	0,55	25,39	312	5,00	95,68	265,90	132,60	8,87	
<b>Полдник инвалиды, ОВЗ с 7-11 лет</b>														
Курник	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,88	1,23	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
Итого		11,33	13,37	58,43	403,10	0,18	23,57	31,3	3,76	57,48	130,7	35,28	4,80	187,49

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

20 октября 2022 г

Прием пищи, наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена	
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Обед с 7-11 лет (родительская плата)</b>															
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,07	4,05	5,2	62,2					1,56	33,58			19,27	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12		
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16			23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9							0,3			
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6			4,2		
Хлеб ржано- пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12				0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		17,65	18,08	70,57	514,78	0,29	1,50	68	4,03	63,58	158,68	113,85	3,57	65,00	
<b>Полдник с 7-18 лет (родительская плата)</b>															
Курник	75	8,07	8,36	20,93	191,12	0,1	5,68					24,61		0,94	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9							0,3			
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		9,07	8,58	51,11	323,02	0,12	9,68	0,0	0,20	38,91	14,0	23,68	3,74	45,00	

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

20 октября 2022 г

Завтрак ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рыба, тушенная в томатном соусе (филе минтая)	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
<b>Итого</b>		<b>16</b>	<b>15,6</b>	<b>56,8</b>	<b>432</b>	<b>0,38</b>	<b>29,58</b>	<b>481,2</b>	<b>2,83</b>	<b>97</b>	<b>276,0</b>	<b>80</b>	<b>3,04</b>	<b>72,21</b>

Обед ММС с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Витаминизированный кисель	200			23,5	95	0,3	20,1							
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		<b>18,48</b>	<b>18,95</b>	<b>58,87</b>	<b>600,20</b>	<b>0,65</b>	<b>41,47</b>	<b>285</b>	<b>4,42</b>	<b>70,58</b>	<b>208,35</b>	<b>118,55</b>	<b>4,69</b>	<b>82,54</b>

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

20 октября 2022 г

2 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Обед инвалиды, ОВЗ с 11-18 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	0,06	19,89	221,7	1,96	45,28	54,52	24,42	1,13	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/10	5,75	8,74	25,83	204,7	0,19		45,9	0,46	14,71	137,1	90,2	3,06	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
<b>Итого</b>		<b>22,63</b>	<b>24,07</b>	<b>133,12</b>	<b>838,05</b>	<b>0,58</b>	<b>25,39</b>	<b>313</b>	<b>5,06</b>	<b>97,55</b>	<b>288,25</b>	<b>147,62</b>	<b>9,37</b>	
<b>Полдник инвалиды, ОВЗ с 11-18 лет</b>														
Курник	100	10,69	12,73	27,78	268,05	0,13	7,57	23,27	3,44	31,43	113,11	20,83	1,23	
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>11,33</b>	<b>13,37</b>	<b>58,43</b>	<b>403,10</b>	<b>0,18</b>	<b>23,57</b>	<b>31,3</b>	<b>3,76</b>	<b>57,48</b>	<b>130,7</b>	<b>35,28</b>	<b>4,80</b>	<b>167,22</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

20 октября 2022 г

Завтрак с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Итого		15,02	9,74	51,22	353,47	0,24	29,58	445,24	2,60	93,24	247,6	78,61	2,02	65,00

Обед с 12-18 лет (родительская плата)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		18,48	18,95	75,35	545,10	0,35	21,37	285	4,42	70,88	208,35	118,55	4,69	70,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДП ГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организаций питания обучающихся

20 октября 2022 г

1 смена

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Рыба, тушенная в томатном соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19	0,2	31,15	39,22	0,22	63,86	116,71	40,14	1,53	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
		16,47	10,82	61,12	408,62	0,42	34,76	451,55	2,79	105,52	293,02	86,66	3,27	
<b>Обед ОВЗ, инвалиды с 12-18 лет</b>														
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	0,06	19,89	221,7	1,96	45,28	54,52	24,42	1,13	
Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,06	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Сок фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
		20,99	20,24	122,95	757,00	0,40	25,39	290	4,69	91,45	247,75	142,02	8,06	
<b>Итого за рацион</b>													<b>167,22</b>	

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ЦДДиГО г. Уфа  
В.К. Смирнов

Школьное меню для организации питания обучающихся

20 октября 2022

Завтрак СОП с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Ба, тушенная в кислом соусе	45/45	9,32	4,33	2,64	87,53	0,08	3,61	412,33	1,97	33,36	150,31	40,92	0,74	
Рисовый суп	150	3,3	5,11	22,1	148,04	0,16	25,97	32,91	0,18	53,58	97,33	33,49	1,28	
Сло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88			36	0,08	1,92	2,4		0,02	
Хлеб с сахаром	200			9,98	39,9					0,3				
Хлеб пшеничный обогатенный витаминами для школьного питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1	
Итого		15,88	15,64	56,82	432,35	0,38	29,56	481,24	2,83	97,16	276,0	80,01	3,04	72,21

Обед СОП с 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Суп с капустой и картофелем со зелеными	250/5	1,9	4,92	9,98	92,52	0,06	19,87	216,35	1,95	40,88	51,47	23,97	1,12	
Котлеты из мяса говядины с томатным соусом	60/30	7,01	8,57	3,61	120,13	0,01	1,5	45	1,16	3,36	4,63	2,6	0,12	
Пюре гречневая каша с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,18	2,55	
Хлеб фруктовый 0,2	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8	
Хлеб пшеничный обогатенный витаминами для школьного питания	30	2,4	0,3	16,5	78				0,45	6		4,2		
Хлеб ржаной обогатенный для школьного питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		19,48	19,15	85,57	597,20	0,37	25,37	285	4,62	84,58	222,35	126,55	7,49	82,54

Начальник ОДП

Исламова Н.А.